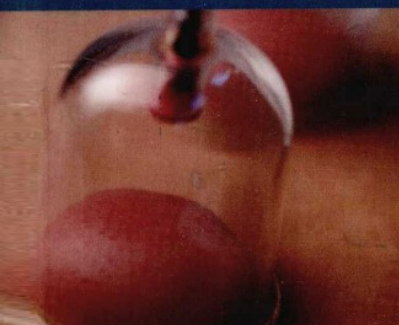




图解刮痧 拔罐 艾灸

祛百病



薛卫国 主编

北京中医药大学针灸推拿学院 副教授
硕士生导师

上海科学普及出版社

七彩生活

图解刮痧 拔罐 艾灸

 祛百病 

薛卫国 主编

上海科学普及出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

图解刮痧 拔罐 艾灸祛百病 / 薛卫国主编. —上海: 上海科学普及出版社, 2011.1

(七彩生活)

ISBN 978-7-5427-4821-8

I. ①图… II. ①薛… III. ①刮搓疗法—图解②拔罐疗

法—图解③艾灸—图解 IV. ①R244-64②R245.81-64

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第236178号



图解刮痧 拔罐 艾灸 祛百病

薛卫国 主编

- 出版: 上海科学普及出版社
(上海市中山北路832号 200070) <http://www.pspsh.com>
- 制作:  (www.rzbook.com)
- 印刷: 北京瑞禾彩色印刷有限公司
- 发行: 上海科学普及出版社
- 开本: 787×1092mm 1/16
- 印张: 12
- 字数: 240千字
- 标准书号: ISBN 978-7-5427-4821-8
- 版次: 2011年1月第1版 2011年1月第1次印刷
- 定价: 19.80元

◎如发现印装质量问题, 影响阅读, 请与印刷厂联系调换。



穴位遍布全身，是养生保健、防病治病的绝佳工具，不利用起来就是巨大浪费。但人身上的穴位有很多，穴位的使用方法有刮痧、拔罐、艾灸等很多种，要想把穴位应用自如并非易事。

五花八门的养生术、民间疗法与满街林立的中、西医门诊和医院。然而，究竟哪些才会有效益？哪些才是能得到根本治疗的方法呢？如果你也被这些问题困扰许久，那么我建议你不要放下手中的这本书，耐心地把它读完，因为在你阅读完之后，你将得到十分满意的答案。本书介绍的多种刮痧、拔罐、艾灸保健法简单易行、安全灵活，既适合健康人也适合亚健康群体以及疾病康复期的恢复治疗。你可以根据自己的时间和需要，在不同的地点、不同的季节，选择最适合自己的保健方法。

本书从头部到脚，每一个常用穴位都有一套快速简易取穴图解，没有任何医学知识的人也能快速找准穴位；从头部到脚，身体的每一个部位都有一套简易的穴位保养方案。既讲穴位使用方法，又讲穴位使用原则，让你能举一反三、触类旁通，不仅教会你如何治好某个具体的病症，更能教会你遇到同类情况时该怎么灵活处理！

本书用易解的语言描述人体经络的各种保健作用，倡导通过刺激经络穴位来预防治疗疾病的养生手段，让你发现蕴藏在自己身体里的“医疗系统”，教你做自己的“主治医生”，是一本现代人必备的健康枕边书。

北京中医药大学针灸推拿学院
副教授，硕士生导师

前言

Foreword

查看完整版

付费下载



【百万古籍库】

<https://www.fozhu920.com/list/>

【易】【医】【道】【武】【文】【奇】【画】【书】

1000000+ 高清古书籍

打包下载





【风水】风水命理资料合集_9500 本

阴宅阳宅、风水堪舆、八字命理、手相面相、符咒卦象、奇门遁甲、紫微斗数.....



【中医】中华传统医学资料大全_15000 本

针灸、推拿、正骨术、汉医、苗医、民间秘方偏方、药洒药方、祖传医术、珍本...



【道术】道家法术\茅山术\符咒术\气术_3000 套

修真秘籍、丹道、道家秘术、胎息功、内丹术、茅山法术、道家符咒、巫术、...



【武术】传统武术与现代搏击术_6200 册

少林、武当、太极拳、形意拳、八极拳、咏春拳、气功、散打、格斗、拳击、...



【集藏】经史子集库_13300 卷

【经史子集】楚辞、汉赋、诗集、词集、宝卷、正史、编年、别史、纪事本末、地理志...



【国画】传世名画 _ 6100 卷

唐、金、辽、宋、元、明、清 800 多位画家近 6000 多幅传世...



【县志】方志\地方县志\乡志\地理志_8100 册

府志、区志、乡志、地理志..... 此合集为全国范围地方县志\府志古籍影印电子版，...



【国学】中华古籍库—32 万册古籍书

32 万册《中华古籍库》 【32 万册影印古籍 + 20 多亿字，带检索器和阅读工具】 包括各地方志、日本内...

【更多】 >> <https://www.fozhu920.com/list/>